



## **Rada dla początkujących – przeszkody w medytacji**

*Adzom Gjalse Gjurme Dordze*

Przystępując do praktyki medytacji, początkujący winni strzec się trzech rzeczy.

Najpierw mogą niepokoić ich myśli, które biorą się z przywiązania, niechęci i tak dalej. Módlcie się wtedy do Lamy, a przywołanie go uwolni was od tej przeszkody.

Na następnym etapie mogą paść ofiarą zaklęć i klątw demonów oraz podobnych istot, wywołujących choroby czy ataki przejmującego bólu. Módlcie się wtedy do niedościgniętego Lamy o zdolność do wprowadzenia tych trudności na ścieżkę duchowego rozwoju, dzięki czemu uporacie się z przeszkodami.

Na koniec wszyscy jogini, niezależnie od zdolności, zdobywają uznanie i sławę, otrzymują datki i tak dalej. Jeśli nie zrozumiecie, że są one zawadą, zagrożą waszemu rozwojowi. Powiadam, traktujcie je jak odstępstwo!

Jeśli pokonacie te trzy przeszkody, nic nie zagrozi waszej praktyce Dharmy.

*To ważna rada.*

Adzom Gjalse Gjurme Dordze (1895–1969), inkarnacja wielkiego Terdaka Lingpy, był synem i głównym spadkobiercą Adzoma Drukpy. Zmarł „pośród cudownych znaków” w chińskim więzieniu, w którym nie przestał nauczać.

Przekład na język polski: Adam Kozieł